जि.का.सप्तरी द.नं. १(१०३९/०६/१८)-०३९/०४०
नवीन साप्ताहिक
म.नि.हु.का.द.नं. ६/०६४/०६५
वर्ष ४० अंक ४६ २०७९ साल असार १२ गते आइतवार (26 June 2022 Sunday) मूल्य रु. ७/-

सर्पको टोकाईबाट बचौं र बचाऔं ।

- सर्पले टोकेका व्यक्ति आत्तिन सक्छन्, सान्त्वना दिऔं,
- सर्पले टोकेका व्यक्तिलाई तुरुन्त अस्पताल वा सर्पदंश उपचार केन्द्र पुऱ्याऔं,
- सवारी साधनमा घाईतेलाई बसाएर सर्पले टोकेको ठाउँलाई मिलेसम्म मुटुको सतहभन्दा तल पारी लैजाऔं,
- गलत परम्परागत उपचार विधि (झारफूक) तिर नलागौं,
- आफ्नो नजिक सर्पदंश उपचार केन्द्र कहाँ छ ? जानकारी राखौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

यस अंक भित्र – पृष्ठ २ मा : डिप्रेसनको उपचार ... पृष्ठ ३ मा : कसले हिर्काइरहेछ महँगीको ... पृष्ठ ४ मा : यस्ता छन् मानसिक तनाव ... पृष्ठ ५ मा : अधुरो रहेको क्याम्पसको कन्या ...

जिल्ला समन्वय समिति सप्तरीको निर्वाचन आज

काँग्रेसका शिव र जसपाका छेदी प्रमुख पदमा भिड्दै

काँग्रेस, लोसपा, जनमत, नेकपा माओवादी केन्द्र र नेकपा एकिकृत समाजवादी गठबन्धनका प्रमुख पदका उम्मेदवार काँग्रेसका शिवनारायण साह

जसपा-नेकपा एमाले गठबन्धनका प्रमुख पदका उम्मेदवार जसपाका छेदी यादव

राजविराज/जिल्ला समन्वय समिति सप्तरीको नयाँ नेतृत्व चयनका लागि आज (आइतबार) मतदान हुँदैछ ।

चुनावी प्रतिष्पर्धामा सत्ता गठबन्धन भित्रका जनता समाजवादी पार्टीले नेकपा एमालेसँग तालमेल गरेका छन् भने नेपाली काँग्रेसले लोकतान्त्रिक समाजवादी पार्टी, जनमत पार्टी, नेकपा माओवादी केन्द्र र नेकपा एकिकृत (समाजवादी) सँग गठबन्धन गरेका छन् ।

पदको बाँडफाँडमा कुरा नमिल्दा सत्तासिन गठबन्धन दलहरु विपरीत गठबन्धन बनाएर चुनावी प्रतिष्पर्धामा उत्रेका छन् ।

काँग्रेस, लोसपा, जनमत, नेकपा माओवादी केन्द्र र नेकपा एकिकृत समाजवादी गठबन्धन प्यानलबाट काँग्रेसका शिवनारायण साह प्रमुख र लोसपाका शम्भु यादव उपप्रमुखका रुपमा चुनावी प्रतिष्पर्धामा उत्रिएका छन् ।

यता जसपा-नेकपा एमाले गठबन्धनको प्यानलबाट जसपाका छेदी यादव प्रमुख र एमालेका देवकान्त चौधरी उपप्रमुखको उम्मेदवार छन् ।

जिल्लाको कुल ३६ मतमा काँग्रेसको सर्वाधिक १२ मत छ भने जसपाको ८, लोसपाको ५, एमालेको ४, जनमतको ३ तथा नेकपा एकिकृत समाजवादी र नेकपा माओवादी केन्द्रसँग २/२ मत छ ।

जसपा-एमाले गठबन्धनको मत जोड्दा १२ मत मात्र पुग्छ भने काँग्रेस, लोसपा, जनमत, माओवादी केन्द्र र एकीककृत समाजवादी गठबन्धनको २४ मत पुग्छ । जसकारण काँग्रेसले गरेको गठबन्धन बलियो देखिएको छ । उक्त गठबन्धन भित्रका दलमा कुनै खटपट नभए जिल्ला समन्वय समितिमा सजिलै जित हात पार्ने अनुमान गरिएको छ ।

पेट्रोलमा २० र डिजेलमा २९ मूल्य घटचो

राजविराज/सरकारले पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य घटाएको छ । मन्त्रिपरिषद्को शनिबार बसेको बैठकले पेट्रोलमा २० र डिजेलमा २९ रुँपैया मूल्य घटाएको हो ।

उद्योग, वाणिज्य तथा आपूर्तिमन्त्री दिलेन्द्रप्रसाद बडूले शनिबारै मन्त्रालयमा पत्रकार सम्मेलन गर्दै सो कुराको जानकारी दिएका हुन ।

हाल पेट्रोलमा १९९ रहेकामा २० घटेर १ सय ७९ कायम गरिएको छ भने डिजेलमा १ सय ९२ बाट २९ घटाएर १ सय ६३ कायम गरिएको छ । नयाँ मूल्य शनिबार राति १२ बजेदेखि लागू हुनेछ ।

अन्तर्राष्ट्रिय बजारमा पनि पेट्रोलियम पदार्थको अभाव र मूल्यवृद्धि बढिरहेकाले त्यसैको प्रभावस्वरुप बजारमा अत्यावश्यक उपभोग्य वस्तुको मूल्यवृद्धिले सर्वसाधारण जनता मारमा परेको विषयप्रति सरकार गम्भीर र संवेदनशील रहेको जनाएको छ । सोही विषयलाई मध्यनजर गर्दै सरकारले पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धिले सर्वसाधारण जनतालाई असर पुरयाएकोले सरकारले पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य घटाउने निर्णय गरेको मन्त्री बडूले जानकारी दिए ।

सवारी दुर्घटनाबाट बचौं र बचाऔं।

- मादक पदार्थ सेवन गरी सवारीसाधन नचलाऔं,
- आफूले यात्रा गरिरहेको सवारीसाधनको चालकले मादक पदार्थ सेवन गरेमा वा गरेको शंका लागेमा तत्काल प्रहरीलाई खबर गरौं,
- क्षमताभन्दा बढी यात्रु र सामान नराखौं,
- अनियन्त्रित र तीव्र गतिमा सवारीसाधन नचलाऔं,
- समय-समयमा सवारीसाधनको मर्मत संभार गर्ने गरौं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

एक सय ७५ किलो गाजासहित मालवाहक ट्रक नियन्त्रणमा

राजविराज/सशस्त्र प्रहरीले सप्तरीको कोशी ब्यारेजबाट १ सय ७५ किलो गाजासहित एक मालवाहक ट्रक नियन्त्रणमा लिएको छ ।

सप्तरीको हनुमाननगर कंकालनी नगरपालिका वडा नं. १ कोशी ब्यारेज खण्डमा पूर्वबाट पश्चिमतर्फ जाँदै गरेको को.१ख. २९२५ नम्बरको मालवाहक ट्रकमा लोड रहेको १ सय ७५

जनज्योती कृषि सहकारीमा सदस्यता किन ...?

नीति, कार्यविधि र सुशासनमा चलेको संस्था
रणनीतिक योजना एवं लक्ष्य र उद्देश्यका आधारमा संचालित संस्था ।
आर्थिक समृद्धिका विभिन्न अवसरहरु भएको संस्था ।
विभिन्न घटना एवं दुर्घटनामा सुरक्षाको प्रत्याभुती गर्ने संस्था ।
प्रभावकारी व्यवस्थापन र सुशासनका लागि राष्ट्रिय सहकारी बैंकको राष्ट्रिय स्तरको care कार्यक्रममा आवद्ध संस्था ।
नेतृत्व विकासका लागि प्रसस्त अवसरहरु भएको संस्था ।
उद्यमशिलता विकासका लागि विभिन्न कार्यक्रमहरु भएको संस्था ।
सामाजिक उत्तरदायित्व वहन गर्ने संस्था ।
सहकारी अभियानमा राष्ट्रिय तहको नेतृत्व गर्न सफल संस्था ।
सदस्य मैत्री बचत र ऋण सेवा सहितको संस्था ।
व्यवसायिक कार्यक्रम संचालन गरेको संस्था ।
कृषि पेशालाई प्रात्साहन गर्ने संस्था ।
सदस्यहरुको कृषि उत्पादनको उचित मुल्यमा आकर्षक बजारीकरण गर्ने संस्था ।
त्यसैले आजै संस्थामा जुटौं, **“बचत गरौं समृद्ध वनौं”**

जनज्योति कृषि सहकारी संस्था लि.
राजविराज ९ मलेठ, सप्तरी
सम्पर्क नं. ०३१-५९०६०१, ०३१५९०६०२, www.janajyoticoop.com.np

सम्पादकीय ....

विद्यालयहरुको नियमित अनुगमन भएन

सरकारले शिक्षामा प्रत्येक वर्ष अर्बौको लगानी गरेपनि सप्तरीसहित तराईका जिल्लाहरुमा संचालित अधिकांश सामुदायिक विद्यालयहरुको अवस्था दिन प्रतिदिन खस्किदै गएको छ। मुलुकमै सरकारले सबैभन्दा बढी हाल शिक्षा र स्वास्थ्यमै लगानी गरेपनि सरकारी उदासिनताका कारणले नै यहाँका सामुदायिक विद्यालयहरुको अवस्था दिन प्रतिदिन खस्किदै गईरहेको रहेको छ। सामुदायिक विद्यालयका शिक्षक तथा शिक्षिकाहरुले आफु सामुदायिक विद्यालयमा अध्ययन अध्यापन गरेपनि आफ्नो छोरा छोरीहरुलाई भने जस्तो निजि विद्यालयहरुमा पढाउने प्रवृतिमा समेत बढोत्तरी भएको छ। सरकारको दोहरो शिक्षा प्रणालीकै कारणले नेपालमा सामुदायिक विद्यालयहरुको अवस्था दिन प्रतिदिन खस्किदै र गुणस्तरहिन बन्दै गईरहेको छ।

जिल्ला शिक्षा कार्यालय तथा सम्बन्धित निकायको उदासिनताका कारणले जिल्लाका अधिकांश सामुदायिक विद्यालयहरु टिफिन पछि बन्द हुने पुरानै शैलिमा अझै कुनै सुधार आउन सकेको छैन। जिल्लाको सदरमुकाम राजविराजसहित अन्य ग्रामिण भेगका सामुदायिक विद्यालयहरुमा टिफिन पछि विद्यार्थी नटिक्ने अथवा टिफिन पछि अधिकांश विद्यालय बन्द नै हुने गरेको छ। सरकारले शिक्षाको पहुँचबाट कोही पनि टाढा नरहोस् भन्ने उद्देश्यका साथ सामुदायिक विद्यालयहरुमा नि:शुल्क रुपमा पठन पाठन गराएपनि त्यसको महत्व सर्वसाधारणहरुले बुझ्न सकेका छैनन्।

तसर्थ सरकारले शिक्षामा बर्षेनी गर्दै आएको लगानी वालुवामा पानी हाले सरह हुन नदिन समय समयमा सामुदायिक विद्यालयहरुको नियमित अनुगमन तथा आवश्यक कार्वाही समेत गर्नुपर्ने जरुरी आवश्यकता रहेको छ।

पुरानो रोगको उपचारका लागि सम्पर्क गरौं।
होमियोप्याथिक रिसर्च इन्स्टिच्युट
डा. सुशील मोहन दास
(बी.एच.एम.एस)
सिरहा रोड, राजविराज फोन : ०३१-५२१९६८

डा. सरोज कुमार साह
Dr. Saroj Kumar Sah
MBBS, MS Orthopaedics (BPKIHS) Dharan
Fellowship in Hand Surgery (CMC Vellore)
NMC Reg. No. : 13288
हाड जोर्नी, नशा तथा बाथ रोग विशेषज्ञ
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

डिप्रेसनको उपचार सम्भव छ

नेपालमा आत्महत्याको समस्या वर्षेनी बढ्दै गएको छ। आत्महत्याको कारणमध्ये ९० प्रतिशत बढी कुनै न कुनै किसिमको मानसिक स्वास्थ्य समस्या हुने गरेको छ। त्यसमा पनि गम्भीर खालका डिप्रेसन करिब ८० प्रतिशत प्रमुख जिम्मेवार रहेको मनोचिकित्सकहरु बताउँछन्।

डिप्रेसन प्रमुख कारण भनिएपनि डिप्रेसन हुँदैमा आत्महत्याको सोच आइहाल्दैन। डिप्रेसनले गाँज्दै गएर गम्भीर अवस्थामा पुगेपछि मात्र आत्महत्याको सोच आउने हो। डिप्रेसनको समस्यालाई समयै पहिचान गरी उपचार गरे निको हुने मानसिक स्वास्थ्य तथा परामर्श केन्द्र (सिएमसी) नेपालकी मनोविद करुणा कुँवर बताउँछिन्।

मनोविद कुँवरसँग हामीले डिप्रेसन के हो ? किन हुन्छ र कसरी रोकथाम गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा थप कुराकानी गरेका छौँ। उनीसँग गरिएको भिडियो कुराकानी यहाँ प्रस्तुत गरिएको छः

डिप्रेसन भनेको के हो ?

- डिप्रेसन भनेको धेरै निराशापन र दुखीपन हुनु हो।
- डिप्रेसनमा भएका व्यक्तिहरुले जीवनलाई अर्थहीन देख्न थाल्छन्।
- निद्रामा समस्या आउनु, खाना मन नलाग्नु, जीवन बोझ लाग्नु यसका लक्षणहरु हुन्।
- पहिलो चरणमा केही गर्न मन नलाग्ने, दिक्क लाग्ने, एक्लो बस्न मन लाग्ने हुन्छ।
- सामाजिक क्रियाकलापमा घुलमिल नहुने, दैनिक कामहरु गर्न छाड्नेसम्मको पनि हुन्छ।

डिप्रेसन किन हुन्छ? कारणहरु के हुन् ?

- डिप्रेसन हुनुको विभिन्न कारणहरु हुन्छन्।
- वंशाणुगत, पारिवारिक वातावरण, व्यक्तिले भोगेका अनुभव, दुख, हिंसाका कारण पनि डिप्रेसन हुन सक्छ।
- बाल्यावस्थामा विभिन्न हिंसा, यौन शोषणमा परेकाहरु पनि डिप्रेसनमा जाने गरेको पाइएको छ।
- डिप्रेसन सबै उमेर समूहलाई हुन सक्छ।

डिप्रेसन भएको व्यक्तिले आफू डिप्रेसनमा भएको महसुस गर्न सक्छन् ?

- प्रायजसोलाई आफूलाई अप्ठ्यारो भएको, केही गर्न मन नलागेको थाहा हुन्छ।
- तर डिप्रेसनको उपचार हुन्छ। उपचारबाट ठिक हुन्छ भन्ने कुराहरु उनीहरुलाई महसुस हुँदैन।
- डिप्रेसनमा व्यक्तिले महसुस गरेका अनुभवहरुलाई सामान्य रुपले लिन थाल्छ।
- डिप्रेसन भएका व्यक्तिको समयमै उपचार भएन भने आत्महत्याको जोखिम पनि बढाउँछ।

यस्तो अवस्थामा अन्य व्यक्ति वा आफन्तको भूमिका के हुन्छ ?

- कतिपय व्यक्तिले आफूले डिप्रेसनको समस्या भएको महसुस गरेर उपचारमा जान्छन्। तर यो संख्या एकदमै कम छ।
- डिप्रेसन भएका व्यक्तिको आफन्त वा साथीभाइको भूमिका निकै महत्वपूर्ण हुन्छ।
- उनीहरुले भनेका समस्याहरु सुनेर गम्भीर रुपमा लिनुपर्छ।
- उनीहरुले दिएका अभिव्यक्तिहरुलाई सामान्य रुपमा लिनु हुँदैन। आफन्त र साथीभाइले उनीहरुको समस्या बुझ्नुपर्छ।
- आफूहरुले उचित सल्लाह दिन नसके सम्बन्धित चिकित्सकको परामर्शमा जानुपर्छ।

डिप्रेसनको रोकथाम तथा नियन्त्रण कसरी गर्न सकिन्छ ?

- परिवारको सहयोगी भूमिका डिप्रेसनको रोकथामका लागि निकै महत्वपूर्ण मानिन्छ।
- विशेषगरी बालबालिका र युवा वर्गहरुका लागि परिवारको सहयोग र समर्थन निकै आवश्यक छ।
- उनीहरुको समस्या सुनिदिने, म छु नआत्तिनु भनेर हौसला दिने गर्नुपर्दछ।
- डिप्रेसन भएकै व्यक्तिहरुमा के कारणले भएको हो भनेर पत्ता लगाउन कोशिस गर्नुपर्छ।
- आफुलाई मन परेको कामहरु, क्रियाकलापहरुलाई निरन्तरता दिनुपर्छ।
- चिकित्सकको परामर्श समयमै लिन उत्तिकै आवश्यक छ। समयमै गरिएको उपचारले डिप्रेसनको समस्याबाट बचाउँछ। स्वास्थ्य खबरबाट

भाउजुलाई जलाएर मारेको आरोपित देवर कारागार चलान

राजविराज/सप्तरीको बोदेवसाईन नगरपालिका १ निवासी २६ वर्षिया राजकुमारीलाई जलाएर हत्या गरी फरार रहेका आरोपी उनका देवर २२ वर्षिय परमेश्वरलाई अदालतले कारागार चलान गरेको छ।

२०७८ साल माघ १० गते घरायसी विवादमा आफ्नै भाउजुलाई परमेश्वरले पेट्रोल छर्कि आगो लगाएर हत्या गरेका थिए। प्रहरीले गत जेठ १५ गते उनलाई गाउँमै लुकी वसेको अवस्थामा पक्राउ गरेको थियो।

शुक्रवार जिल्ला अदालत सप्तरीको आदेशले देवर परमेश्वर साह कारागार चलान भएका हुन्। न्यायाधिश रिता कुमारी बखरेलको इजलाशले परमेश्वरलाई पुर्पक्षका लागी कारागार चलान गरिएको हो।

भाउजुले आफु विरुद्ध दाजु रविनलाई उक्साउने गरेको रिसमा परमेश्वरले खाना पकाउदै गरेको अवस्थामा भाउजुमाथी भान्सा कोठामै पुगी पेट्रोल छर्कि आगो लगाएको अनुसन्धानको क्रममा खुलेको प्रहरीको भनाई छ।

कर्तब्य ज्यानको उक्त मुद्दामा नेपाल सरकारको तर्फबाट सहायक न्यायधिवक्ता मुकुन्द कुमार रेग्मी एवं जाहेरवाला पीडित पक्षको तर्फबाट प्रदेश कानुन अधिकृत किरण कुमारी साहले बहस पैरवी गरेकी थिइन।

यस्तै प्रतिवादी परमेश्वरको तर्फबाट अधिवक्ता वालकिशोर यादव र विमल साहले बहस गरेका थिए। पीडित पक्षलाई अधिवक्ता किरण कुमारी साहले निशूल्क कानुनी सहायता समेत प्रदान गरेकी छिन।

हार्दिक बधाई एवं शुभकामना

यस संस्थाका शेयर सदस्य **श्री सन्जय कुमार दास** राष्ट्रिय युवा परिषद् सप्तरीको अध्यक्ष पदमा मनोनित हुनुभएकोमा हार्दिक बधाई तथा सफल कार्यकालको लागि शुभकामना व्यक्त गर्दछौं।

जनज्योती कृषि सहकारी संस्था
राजविराज ९, सप्तरी

डा. कालीप्रसाद यादव
Dr. Kali Prasad Yadav
MBBS, MD Internal Medicine
(NAMS, Bir Hospital Kathmandu)
NMC Reg. No. : 13203
कन्सलटेन्ट फिजिसियन
मधुमेह (चिनी रोग), मुटु, दम तथा श्वासप्रश्वास, पेट तथा कलेजो, मृगौला, छाती, थाईरोइड सम्बन्धी रोग
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

डा. जयन्ती यादव
Dr. Jayanti Yadav
M.B.B.S. MD (Obstetrician and Gynaecologist)
हाल कार्यरत गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल राजविराज
NMC No. : 15312
बरिष्ठ स्त्री तथा प्रसुती रोग विशेषज्ञ
बाझपन, कमजोरी, लिकोरिया, महिनाबारी समस्याको सफल उपचार
सम्पर्क : कृताञ्जली मेडिकल हँल, राजविराज
Mo. No : 9842830252, 9804605569

कसले हिर्काइरहेछ महँगीको मुङ्ग्रो ?

राजेन्द्र तारकिणी

'महँगी नियन्त्रण सरकारको हातमा छैन,' यो भनाइ हो सरकारका प्रवक्ता अर्थात् सञ्चारमन्त्री ज्ञानेन्द्र बहादुर कार्कीको । असार ७ गते मन्त्री कार्कीले पोखरामा आयोजित एक कार्यक्रममा दिएको अभिव्यक्ति हो यो । मन्त्री कार्कीका अनुसार विशेषतः पछिल्लो समय हप्तैपिच्छे भाउ बढाइएको पेट्रोलियम पदार्थ लक्षित थियो । उनले भनेका थिए, 'महँगी केवल सरकारको मात्रै हातमा छैन । पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य निरन्तर बढ्नुमा हाम्रो मात्रै हात छैन । यसको मूल्य कसरी निर्धारण हुँदो रहेछ भन्ने त तपाईंहरूलाई थाहै छ ।' पेट्रोलियम पदार्थ भारतबाट आयात हुने र यसको मूल्यमा स्वचालित प्रणाली भएकाले भारतबाटै मूल्य घटबढ भएर आउँदा त्यसको असर सोही अनुपातमा नेपालमा पनि पर्ने उनको आशय थियो ।

यो त भयो पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धिको कुरा । तर खाद्यान्नदेखि लिएर हरेक उपभोग्य वस्तुको मूल्य पनि अचाक्ली बढिरहेको छ । त्यो त सरकारको हातको कुरा हुन सक्थ्यो नि ! तर मनोमानी ढंगले हुने कृत्रिम अभाव र मूल्यवृद्धिबारे नियन्त्रणकारी कुनै संयन्त्र देखिएको छैन । सरकार समेत निरीह देखिन्छ । उपभोग्य वस्तुहरूको मूल्य घटबढबारे नेपालमा कुनै प्रणाली पनि छैन । मन्त्री कार्कीले भनेझैँ महँगी नियन्त्रण के सरकारको हातभन्दा परको कुरा हो ? कसका कारण, के कति कारण कसरी मूल्य वृद्धि भइरहेछ ? के अहिले बढेको हरेक वस्तु तथा सेवाको मूल्य भोलिका दिनमा घट्ला ? सरकारले नियन्त्रण नगर्ने हो भने कसले गर्छ ? यस्ता यावत प्रश्न उठ्नु स्वाभाविकै हो ।

पेट्रोलियम पदार्थको मूल्यवृद्धिले केवल सवारीसाधन प्रयोगकर्तालाई मात्र असर गरेको हुँदैन । यसको बहुआयामिक असर कृषि, उद्योग, कलकारखाना, कार्गो यातायातलगायत क्षेत्रमा तत्काले देखिन्छ । हवाई भाडा बढ्दा यात्रुलाई सास्ती थपिएको छ । गाडी भाडा आफू खुसी बढाइरहेछन्, यातायात व्यवसायीहरूले । यसको मार यात्रुलाई त छ नै, वस्तु ढुवानीको लागतसमेत बढ्ने हुँदा अन्य वस्तुको मूल्य समेत स्वाभाविक बढ्ने भइरहेको छ । उत्पादनमूलक उद्योग र कृषि तन्त्रमा समेत यसको असर पर्छ । यस्तै निर्माण सामग्री तथा कच्चा पदार्थहरूको मूल्य बढ्दा त्यसको बहुआयामिक असर औद्योगिक उत्पादनमा र निर्माण क्षेत्रमा परिरहेको छ । हाकाहाकी कृत्रिम अभाव सिर्जना गराएर मूल्य वृद्धि गराउँदा समेत सरकार निरीह देखिन्छ । कि सरकारलाई जनजीवनको चिन्ता नभएको हो या ऊ सीमित पुँजीपति, बिचौलिया तथा दलालहरूको चंगुलमा छ ।

किन भइरहेछ मूल्यवृद्धि ?

नेपालमा भरपर्दो सिस्टम नहुँदा चाडबाडका बेला र विशेष परिस्थितिहरूमा उसै पनि अचाक्ली महँगी बढ्ने गर्छ । यसप्रकारको मूल्यवृद्धि 'सिजनल' हुन्थ्यो र केही समयमा आफैँ घट्ने गर्थ्यो । तर अहिले भने हरेक वस्तु, सेवा र क्षेत्रमा निरन्तर बढेको बढ्यै भइदियो । यसमा अन्तर्राष्ट्रिय कारणसमेत थपिएकाले महँगी चरम बिन्दूमा पुगेको छ । विशेष गरी विश्वव्यापी कोरोना महामारीको चपेटापछि देखिएको विश्वव्यापी आर्थिक मन्दी, मुद्रास्फिति र पछिल्लो समय युक्रेन-रुसको युद्धका कारणसमेत यसो भइरहेको भनिन्छ । ठूला अर्थतन्त्र भएका रुस र युक्रेन अनि त्यसमा अप्रत्यक्ष रुपले जोडिएका युरोप, अमेरिका तथा चीनजस्ता देशहरूको निर्यात प्रभावित हुँदा यसो भएको आँकलन गरिएको छ । कोरोना महामारी र लकडाउनको लामो मार खेपेका औद्योगिक उत्पादन, खाद्यान्न, सेवा क्षेत्र तथा निर्यातको अनुपात खलबलिँदा समेत त्यसको असर मूल्यवृद्धिमा परेको छ ।

यसबाहेक स्थानीय स्तरमा समेत लामो समयको कोरोना महामारी, लकडाउनका कारण धेरै उद्योग तथा व्यवसाय घाटामा गए । कोरोना साम्य भएर आर्थिक गतिविधि बढ्दै जाँदा उनीहरूले उक्त अवधिको घाटापूर्तिको दाउ छोप्न खोजे । जसका कारण समेत उद्योगी व्यवसायीहरूले अनेक बहानामा मूल्य वृद्धि गरिरहेका छन् । सरकारलाई नै मुठीमा राख्न सक्षम केही घरानियाँ उद्योगी, पुँजीपति तथा बिचौलियाको सक्रियता बढ्नु र सरकारमा बस्नेहरू तिनको प्रभावमा रहनुले यस क्षेत्रमा प्रभावकारी नियन्त्रण हुन नसकेको हो ।

अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा मूल्यवृद्धि

विश्वको सबैभन्दा ठूलो अर्थतन्त्र मानिने संयुक्त राज्य अमेरिकामा समेत मूल्यवृद्धिले सन् १९८१ यताकै नयाँ रेकर्ड कायम गरेको बताइएको छ । यो भनेको ४० वर्षको इतिहासमा अहिले सबैभन्दा बढी मूल्यवृद्धि भएको छ त्यहाँ । पेट्रोलियम पदार्थ र खाद्यान्नदेखि लत्ताकपडाको मूल्य आकाशिएको छ । अमेरिकी केन्द्रीय बैंक फेडरल रिजर्भका अनुसार त्यहाँको पछिल्लो मुद्रास्फिति ८.६ प्रतिशत नाघेको छ । कोरोनाको मारपछि तंग्रिन लागेको अर्थतन्त्रमा रुस-युक्रेन युद्धको सीधा असर परेको बताइएको छ । जसका कारण खाद्यान्नको मूल्य गत वर्षभन्दा १० प्रतिशत र पेट्रोलियम पदार्थको मूल्य ३४ प्रतिशत पुगेको छ । स्वास्थ्य सेवा समेत महँगो हुँदै गएको छ ।

उता इरानमा चरम मूल्यवृद्धिका साथै बेरोजगारीका कारण पेट पाल्नकै लागि शरीर बेच्न बाध्य भइरहेको समाचार आएका छन् । त्यहाँ पनि गत वर्षयता मुद्रास्फिति दर बढेर ४८.९ प्रतिशत रहेको बीबीसीको एक रिपोर्टले देखाएको छ । बेरोजगारी बढेको छ र जागिर खानेहरूका लागि पनि तलब अपुग्दो छ । विशेष गरी महिलाहरूमाथि ज्यादा श्रम शोषण र विभेद हुने गरेकाले उनीहरू शरीर बेचेर थप आय आर्जन गर्न बाध्य छन् । लैङ्गिक असमानताका कारण गरिबीको रेखामुनि रहेका धेरै महिलाहरूको संख्या बढी छ ।

श्रीलंकामा चरम वैदेशिक ऋण अनि कोरोना महामारीपछिको सीधा असरका कारण अर्थतन्त्र नै टाट पल्टेको अवस्था छ । त्यहाँ औषधि, खाद्यान्नजस्ता अत्यावश्यक वस्तुकै अभाव छ । वैदेशिक मुद्रा सञ्चिति रित्तिँदै जाँदा अत्यावश्यक सेवा तथा वस्तुको आयात ठप्प हुँदा पेट्रोल, ग्यासदेखि दैनिक उपभोग्य वस्तुको अभाव र अचाक्ली मूल्यवृद्धि भएको छ । राष्ट्रिय मुद्रासमेत अवमूल्यन हुँदा अर्थतन्त्रमाथि थप संकट देखिएको छ ।

भारतमा पनि पछिल्लो समय मूल्यवृद्धि बढिरहेको छ । त्यहाँ पेट्रोलियम पदार्थदेखि उपभोग्य वस्तुसम्मको मूल्यमा वृद्धि भएको देखिन्छ । एक तथ्याङ्कअनुसार भारतको थोक महँगी अर्थात् मुद्रास्फिति दर गत मे महिनामा बढेर १५.८८ प्रतिशत पुगेको थियो । यसको सीधा असर खाद्यान्नदेखि जिन्सी सामग्रीहरूको मूल्यमा वृद्धि भएको छ । अघिल्लो वर्षको सोही अवधिमा भारतको थोक मुद्रास्फिति दर १३.११ प्रतिशत थियो । यसै गरी त्यहाँ खुद्रा मुद्रास्फिति दर गत अप्रिलमा ७.७९ प्रतिशत रहेकोमा आउँदा दिनहरूमा ८ प्रतिशतमाथि नै जान सक्ने चिन्ता बढिरहेको छ ।

ष्नेपालमा मूल्यवृद्धि

नेपालमा पनि मूल्यवृद्धि दर विगत ५-६ वर्षयताकै उच्च विन्दुमा पुगेको छ । मुद्रास्फीति अघिल्लो वर्षको भन्दा दोब्बरले बढेको छ । नेपाल राष्ट्र बैंकको पछिल्लो तथ्याङ्कअनुसार मुद्रास्फीति ८ प्रतिशत हाराहारी छ । समग्र उपभोक्ता मुद्रास्फीति चालु आर्थिक वर्षको १० महिनामा ४.२२ प्रतिशतले बढेर ७.८७ प्रतिशत पुगेको छ, जबकि अघिल्लो आर्थिक वर्षको यही अवधिमा उक्त मुद्रास्फीति ३.६५ प्रतिशत मात्रै थियो । मुद्रास्फितिले नै मूल्यवृद्धिको वास्तविक अवस्था दर्शाउने गर्छ । बजारभाउ हेर्ने हो भने राष्ट्र बैंकको तथ्याङ्कलाई समेत माथ गरेको देख्न सकिन्छ ।

यहाँ सरकार, निजी क्षेत्र र बहुराष्ट्रिय कम्पनी सबैले मूल्यवृद्धि गराएका छन् । अर्थात् सबैको मिलेमतो या भनौँ अस्वस्थ प्रतिस्पर्धामार्फत् महँगीको मुङ्ग्रो जनतामाथि हिर्काउने काम भइरहेको छ । दूधको मूल्य बढेको छ तर वास्तविक किसानले मूल्य पाउँदैनन् । चिनीको मूल्य बढेको छ तर उखु किसानले मूल्य नपाएर विस्थापित भइरहेछन् । तरकारीदेखि खाद्यान्न र फलफूलको मूल्य यसरी नै बढेको छ र तर पनि वास्तविक किसानले नाफा नपाएर उत्पादन बढ्नुभन्दा विस्थापन हुँदै गएको देखिन्छ । देशभित्रको भन्दा भारतबाट

बाँकी चार पृष्ठमा

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिं आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
छिन्नमस्ता गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, सखडा, सप्तरी

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिं आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
रुपनी गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, रुपनी, सप्तरी

यस्ता छन् मानसिक तनाव घटाउने ६ तरिका

डा कपिलदेव उपाध्याय

(१) काम गर्ने राम्रो वातावरण

राम्रो काम गर्नका लागि काम गर्ने वातावरण राम्रो हुनुपर्छ । राम्रो वातावरण छैन भने मनमा काम गरौं भन्ने उत्साह हुँदैन । काम गर्ने जोस जाँगर चल्दैन । त्यसकारण अफिसमा काम गर्ने राम्रो वातावरण बनाउनुपर्ने हुन्छ । टिमवर्क भएकाले सबै स्टाफहरुले काम गर्ने राम्रो वातावरण बनाउन सहयोग गर्नुपर्छ अरुले वा कार्यालय प्रमुखले ध्यान दिनुपर्छ भन्ने र आफू पन्छिने भन्दा, आफैं अघि सरेर काम गर्ने वातावरण बनाउने प्रयास गर्नु उत्तम मानिन्छ ।

(२) राम्रो संबन्ध

अफिसमा काम गर्ने स्टाफसंग राम्रो सम्वन्ध र विश्वासको वातावरण बनाउनुपर्छ । एक अर्कामा विश्वास, प्रेम, सदभाव भएन भने अफिसको वातावरण राम्रो हुन सक्दैन । एक आपसमा विश्वासको वातावरण भयो भने यसले टिमवर्कका लागि धेरै फाइदा पुग्छ ।

(३) गफ गरेर समय खेर नफाल्ने

राम्रो काम गर्न समय चाहिन्छ, काममा ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ । यस्तो बेलामा फोनमा अनावश्यक रुपले, जरुरी नभएका कुरामा वा अनावश्यक गफ गरेर समय बिताउनु पर्‍यो भने राम्रो काम गर्न सकिदैन र काम पूरा हुँदैन । आफूले सुरु गरेको काम पूरा भैसकेपछि भने केही फोनकल लिन र छोटो गफ पनि गर्न सकिन्छ । त्यसका लागि केही समय पछि कुरा गर्न सकिन्छ ।

(४) सधैं सकारात्मक कुरामा बढी जोड दिने

अरुको विचार आफूसंग नमिल्न सक्छ तर त्यसो भन्दैमा त्यो विचार नै ठिक होइन भन्ने निस्कर्ष निकाल्नु हुँदैन । त्यस्तै गरेर अरुसंग कुरा गर्दा केही मानिसले आफ्ना कुरा मात्र बढी गर्ने गर्छन् र अरुको कुरा सुन्न चाहँदैनन् । अरुको कुरा राम्रोसंग नसुनिदिनु भनेको उनको अनादर गर्नु हो त्यसैले अरुको कुरा ध्यान दिएर सुन्ने बानी बसालौं ।

केही मानिस अरुको नराम्रो कुरा मात्र कोट्याउन चाहन्छन् त्यस्तो गर्दा संबन्ध चिसो हुन्छ । नराम्रो कुरालाई वास्ता नगरेर राम्रो कुरा वा सकारात्मक कुरामा छलफल अघि बढाउनु राम्रो हुन्छ ।

(५) राम्रो कामको जस आफूले मात्र नलिने

हामीहरु सबैको प्रयासले यो काम सफल हुन सकेको हो भनेर आफ्नो टिमलाई नै जस दिने बानी बसाल्नुपर्छ । सम्पन्न गरेको काममा कसैको बढी र कसैको घटी मेहनत परेको हु सक्छ तै पनि जस टिमले लिनु राम्रो हुन्छ । राम्रो कामको जस आफूले लिने र बिग्रेको कामको दोष अरुमाथि थोपर्ने बानी कसै-कसैको हुन्छ । यस्तो कहिल्यै पनि गर्नु हुँदैन । नराम्रो कामको दोष आफूले लिन सक्नु धेरै ठूलो कुरा हो । त्यसो गर्दा आफ्नो टिमले तपाईलाई झन् आदर भावले हेर्नेछ ।

(६) साथीहरुको काममा सहयोग गर्ने

प्राविधिक कठिनाईले, ज्ञानको कमी, नयाँ कर्मचारी भएकालेजस्ता विभिन्न कारण कार्यालयका कर्मचारीलाई काम पूरा गर्न कठिनाई हुनसक्छ, त्यस्तो बेलामा चाहिएको छ भने सहयोग दिनु राम्रो हुन्छ । आफ्ना सहकर्मीहरुले राम्रो काम गर्नु भनेको पनि टिमको काम नराम्रो हुनु भनेको हो । (डा उपाध्याय वरिष्ठ मनोचिकित्सक हुन्) स्वास्थ्य खबरबाट

कसले हिर्काइरहेछ ...

आयातित फलफूल, तरकारी लगायत वस्तु बजारमा छ्यापछ्याप्ती पाइन्छ । लोकल किसानका उत्पादनले बजार नै पाउँदैन या भाउ नपाएर उत्पादन बढ्न सक्दैन । यो सबै सिस्टमको अभाव, सरकारी नीतिको उदासीनतालगायत कारणले भइरहेको छ ।

वास्तविक किसानलाई अनुदान, उत्पादन प्रोत्साहन तथा आयात नियन्त्रण र मूल्य अनुगमन तथा नियन्त्रण प्रणाली हुन्थ्यो भने यस्तो जथाभावी महँगीको मार जनतामाथि पर्दैनथ्यो ।

घरभाडा बढेको छ, गाडी भाडा बढेको छ, हवाई भाडा बढेको छ, ढुवानी भाडा बढेको छ । सबैतिर महँगी बढेको छ तर त्यसअनुसार जनताको आय आर्जन बढेको छैन । सरकारी कर्मचारीको तलब भत्ता बढेको भए पनि निजी क्षेत्रमा कार्यरत करार कर्मचारी, ज्यालादारी मजदूरको तलब-ज्याला बढेको छैन । केहीले सरकारी दरअनुसार समायोजन गर्दै लगे पनि अधिकांश क्षेत्रमा कोरोना कहर सुरु हुनुभन्दा अगाडिकै तलब ज्याला कायम छ । उनीहरूलाई यसबीचमा बढेको तीन वर्षको हरेक क्षेत्रको मूल्यवृद्धि सामना गर्न सक्ने स्थिति छैन ।

किन हुँदैन नियन्त्रणको प्रयास ?

पूर्व-प्रधानमन्त्री समेत रहेका वर्तमान सत्ता गठबन्धनकै नेता माधव नेपालले केही दिनअघि एक कार्यक्रममा भनेका थिए- युक्रेनको युद्धलाई देखाएर नेपालमा महँगी बढाउन पाइँदैन । उनको यो भनाइ कसप्रति लक्षित थियो ? के आफूले भनेअनुसार मन्त्री फेरबदल गरिएन भन्ने आक्रोश मात्रै थियो ? केही समयअघि यही सरकारका उद्योग तथा वाणिज्य मन्त्री दिलेन्द्रप्रसाद बडूले संसदमै भनेका थिए- रुस र युक्रेनको युद्धका कारण नेपालमा बाध्यात्मक मूल्यवृद्धि गर्नु परेको छ ।

आफूहरू नै सत्तामा भएर यसरी परस्पर विरोधी अभिव्यक्ति दिन सक्छन्, तर यसबारे सरकारलाई आवश्यक संयन्त्र बनाएर अनुसन्धान एवं नियन्त्रण गर्न किन लगाउन सक्दैनन् ? मूलधारमा रहेका दल तथा नेता, सरकारमा रहेका दलहरूले जनजीवनका समस्याबारे उति गम्भीरता कहिल्यै देखाउँदैनन्, जति सत्ता र शक्ति अनि पदका लागि आशक्ति देखिन्छ ।

अब हेर्नुस्, मूल्यवृद्धिको असर नेपाली अर्थतन्त्रका हरेक पाटोमा समेत देखिन थालेको छ । सरकारले इन्धन र निर्माण सामग्रीमा अचाक्ली मूल्य बढाएको भन्दै देशभरिका निर्माण व्यवसायीले ५ हजारभन्दा बढी आयोजनाको काम ठप्प पार्ने चेतावनी दिएका छन् । कतिपय व्यवसायीले काम रोकिसकेका छन् । यसका कारण सरकारको पुँजीगत खर्चसमेत बढ्न सकेको छैन । असारमा विकासका नाउँमा धेरै बजेट खर्च हुने गर्थ्यो, तर यसपाली असारमा उस्तो केही देखिएको छैन । निर्माण व्यवसायीहरूले काम ठप्प पार्ने चेतावनीपछि सरकारलाई पुँजीगत खर्च भेट्न मुस्किल हुने चिन्ताले छोएको छ ।

विदेशी मुद्रा सञ्चय निरन्तर घट्दै गएका कारण अर्थतन्त्रमा बाह्य क्षेत्रको चाप पनि रहेको छ । अत्यावश्यकीय वस्तु तथा सेवा आयात धान्न नसक्ने अवस्था आउन नदिन नेपाल राष्ट्र बैंकले अत्यावश्वयक बाहेकका वस्तु तथा सेवा आयातमा कडाइ गरेको छ । यसको असरले समेत आयातित वस्तुको मूल्यवृद्धि स्वाभाविक हुन गएको छ । आर्थिक वर्ष २०७९/८० को बजेटमा समेत सरकारले केही विलासिताजन्य वस्तुको आयातमा भारी मात्रामा कर वृद्धि गरेर आयात नियन्त्रणको प्रयास गरेको छ । जसका कारण, मोटरसाइकल, कार, मोबाइल फोन तथा पेय पदार्थजस्ता वस्तुको आयात प्रभावित हुने र सँगै यिनको मूल्यमा भारी वृद्धि हुने निश्चित छ ।

भर्खरै सम्पन्न स्थानीय तहको निर्वाचनपछि पनि केही मात्रामा मुद्रास्फिति बढेको अर्थविद्हरू बताउँछन् । आगामी मंसिरमा हुने भनिएको संसदीय तथा प्रदेश सभा चुनावपछि पनि पुनः मुद्रास्फितिमा चाप परेर समग्र क्षेत्रको महँगी बढ्न सक्ने बताइएको छ । एकातिर सरकारले राजश्व बढाउन जथाभावी कर बढाउने गर्दा समेत त्यसको प्रत्यक्ष असर वस्तु तथा सेवाको मूल्यवृद्धिमा पर्ने गरेको छ । करको भार प्रत्यक्ष/अप्रत्यक्ष रुपले अन्ततः उपभोक्तामाथि नै पर्ने हुँदा यसले पनि तल्लो तहका जनतालाई नै मारमा पार्छ ।

मूल्यवृद्धि जे जति कारणले भए पनि सरकार यसप्रति गम्भीर हुनैपर्छ । सरकारले चाहेर भएको हैन भन्दै पन्छिने त ? हरेक कार्यको कारण हुन्छ, महँगी अस्वाभाविक बढ्नुमा यस्तै केही कारण छन् । सरकार समेत अस्थिर हुनु, राजनीतिक खिचातानी र भागबण्डाको खेल, सत्तामोह तर देशका लागि सही चिन्तन र भिजन नभएका नेताहरूका कारण जनताले सधैं सास्ती भोग्दै आएका छन् । मूल्य अनुगमन तथा नियन्त्रणका लागि प्रभावकारी हिसाबले स्थिर संयन्त्र या प्रणाली विकास गर्न सकिएमा जनतालाई राहत हुन सक्छ । समय परिस्थिति विशेषले बढेको महँगी भोलिका दिनमा अनुकूलन हुने गरी घटाउन पनि सकिन्थ्यो । तर यहाँ त बढाएको बढायै मात्र हुने भएकाले सो अनुसार क्रयशक्ति नबढ्दा गरिब र निम्न आयस्तर भएका जनतामाथि महँगीको मुङ्ग्रो ज्यादा बज्रिने देखिन्छ । यसले उनीहरूको जीवनस्तर उठ्न मुस्किल हुने र गरिबीसमेत बढ्न सक्ने भएकाले बेलैमा सरकारले नियन्त्रणको प्रयास थाल्नु उचित हुनेछ । रातोपाटीबाट

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीँ कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म ब्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता
राजविराज नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, राजविराज, सप्तरी

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं ।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं ।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं ।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं ।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं ।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं ।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं ।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं ।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं ।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं ।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं ।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं ।
- कहीँ कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं ।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं ।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं ।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैंती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म ब्यवस्था गरी राखौं ।

अनुरोधकर्ता

तिलाठी कोइलाडी गाउँपालिका, गाउँ कार्यपालिकाको कार्यालय, तिलाठी, सप्तरी

अधुरो रहेको क्याम्पसको कन्या छात्रावासलाई पूर्णता दिनुपर्नेमा जोड

राजविराज/१८ वर्षअघि भारतीय राजदुतावासको सहयोगमा सुरू भई हालसम्म अधुरो रहेको महेन्द्र बिन्देश्वरी बहुमुखी क्याम्पसको कन्या छात्रावासलाई पूर्णता दिनुपर्नेमा जोड दिईएको छ ।

संबिधानसभाका सदस्य तथा नेबि संघका पूर्वअध्यक्ष रन्जित कर्णको पहलमा बुधवार राजविराजमा आयोजना गरिएको "सप्तरी जिल्लाको बिकास" बिषयक सुझाव संकलन कार्यक्रममा सहभागीहरूले सो कुरामा जोड दिएका हुन ।

कार्यक्रममा निवर्तमान क्याम्पस प्रमुख डा. सर्वेशचन्द्र मिश्रले त्यसलाई पुर्णता दिएर संचालनमा ल्याउनुपर्ने माँग गरे । उनले सबै मिलेर ठेकेदार तथा भारतिय राजदुतावासमा आबश्यक पहल गर्नुपर्नेमा जोड पनि दिए ।

संविधानसभा सदस्य रंजु ठाकुरले ठेकेदार पक्षका प्रतिनिधिले निर्माणको क्रममा सामग्रीको मूल्य बढ्दै गएको कारण देखाउदै थप रकम माँग गर्दा नपाएकाले समयमै कन्या छात्रावासलाई पुर्णता दिन नसकिएको लाचारी ब्यक्त गरे बताए ।

उद्योग बाणिज्य संघका निर्वतमान अध्यक्ष अरूण प्रधानले भारतिय दुतावासको समन्वय र सहयोगको साथै स्थानिय स्तरवाटै पनि सहयोग जुटाएर कन्या छात्रावासलाई अविलम्व पुर्णता दिनुपर्ने बताए ।

कार्यक्रममा क्याम्पस प्रमुख राजिव कुमार मिश्र, नेपाली काँग्रेसका उपसभापति रामकुमार यादब, जसपाका जिल्ला अध्यक्ष केदार यादब, लोसपाका जिल्ला अध्यक्ष सुनिल झा, जसपाका मधेश प्रदेश मुख्य सचिव दिनेश यादब, निर्माण ब्यवसायी संघका अध्यक्ष एनेश्वर दास, पत्रकार महासंघ सप्तरीका अध्यक्ष श्रवण देव लगायतले पनि भारतीय लगानीमा संचालित आयोजनाहरूका साथै जिल्लाको समग्र बिकासका लागि महत्वपुर्ण मानिएका अन्य आयोजनाहरू सम्पन्न गराउन सबै सहयोग गर्न तयार रहेको प्रतिबद्धता जनाएका छन ।

सो समयमा भारतिय राजदुतावासको आर्थिक सहयोगमा तत्कालिन जिल्ला बिकास समितिमार्फत थालिएको कन्या छात्रावासको निर्माण कार्य बिचमै रोकिनाले अहिले प्रयोग बिहिन अबस्थामा छ । बिधुतिकरण, झ्याल ढोका, रंगरोगन लगायतका करिव २० प्रतिशत काम अझै बाकी रहेको अवस्था छ ।

खाद्य उद्योगी किराना पसल सञ्चालक एवं होटेल, मिठाई पसल रेष्टुरेन्ट सञ्चालकमा खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय राजविराजको अनुरोध

१. खाद्य पदार्थ एवं तैयारी खानेकुरालाई छोपेर राख्नुहोला एवं पूर्ण लेवल विवरण भएको पदार्थ प्रयोग गर्नु होला ।
२. बासी सडेगलेका एवं झिंगा भनकेका खानेकुराहरू नबेच्नु होला ।
३. पकाउनु पर्ने वा तारेर खाने कुनै पनि खानेकुरामा रंगको प्रयोग नगर्नुहोला ।
४. तेलको प्रयोगमा सावधानी अपनाउनु होला साथै एउटै तेललाई पटक-पटक प्रयोग नगर्नुहोला ।
५. मिठाईमा हाईड्रो जस्ता अखाद्य रंग प्रयोग नगर्नुहोला ।
६. पिउने पानीलाई स्वच्छ र सफा तरिकाले राख्नुहोला ।
७. खाद्य पदार्थ तैयार गर्ने र बाँड्ने ब्यक्तिको आफ्नो ब्यक्तिगत सर-सफाईमा ध्यान दिनु होला ।
८. किराना पसल सञ्चालकहरुले ब्याच नम्बर उल्लेख नभएको उत्पादन मिति, उपभोग्य मिति सकेको खाद्य पदार्थ बिक्री वितरण नगरौं ।
९. खाद्य उद्योगीले खाद्य अनुज्ञापत्र लिई मात्र उत्पादित खाद्य पदार्थ बिक्री वितरण गर्नुहोला ।
१०. मासु ब्यवसायीले अखाद्य रंगको प्रयोग नगर्नुहोला ।

गुनासोका लागि
खाद्य प्रविधि तथा गुण नियन्त्रण डिभिजन कार्यालय राजविराज, सप्तरी
०३१-५२२५२३

डा. आदर्श कुमार सिंह
Dr. Adarsh Kumar Singh
MBBS, MD TU
NMC Reg. No. : 9413
कन्सलटेन्ट फिजिसियन
मधुमेह (चिनी रोग), मुटु, दम एवम् श्वास प्रश्वास, पेट तथा कलेजो रोग मृगौला, छाती, थाइराइड सम्बन्धि रोग

डा. ललन प्रसाद रौनियार
Dr. Lalan Prasad Rauniyar
MBBS (BPKIHS) Dharan, MD Paediatrics (BPKIHS) Dharan, NMC Reg. No. : 13338
कन्सलटेन्ट बाल रोग विशेषज्ञ
वरिष्ठ नवजात शिशु तथा बालरोग

सम्पर्क : जयश्री कृष्ण फार्मेशी
गजेन्द्र नारायण सिंह अस्पताल (दक्षिण गेट), हनुमाननगर रोड, राजविराज, सप्तरी
Phone : 031-533774 / Mo. No : 9819721526, 9852820734

अन्तर्राष्ट्रिय समाचार

'चन्द्रमाको धुलो र साङ्ला फिर्ता गर'

बोस्टन/राष्ट्रिय वैमानिक तथा अन्तरिक्ष प्रशासन (नासा)ले आफ्नो स्वामित्वमा रहेको चन्द्रमाको धुलो र साङ्ला फिर्ता मागेको छ । नासको कदमले पाँच लाख डलरमा बिक्री हुन लागेको ४० ग्राम माटो र तीनवटा मरेका साङ्ला बेचिनबाट जोगिएका छन् ।

अन्तरिक्ष एजेन्सीले यहाँस्थित आरआर अक्सनलाई सन् १९६९ को अपोलो ११ मिसनमा सङ्कलन गरिएको चन्द्रमाको धुलो र तीनवटा साङ्लाको बिक्री रोक्न तथा तत्काल ती फिर्ता गर्न माग गरेको हो । चन्द्रमाको चट्टानबाट सङ्कलन गरिएको माटोमा स्थलचरमा प्रभाव पर्नेनपर्ने अनुसन्धान गर्न त्यो माटो ती साङ्लालाई ख्वाइएको थियो ।

नासाका वकिलले लिलामीकर्ता कम्पनीलाई पत्र लेखेर चालीस मिलिग्राम चन्द्रमाको माटो र तीनवटा मरेका साङ्ला रहेको शिशी सङ्घीय सरकारको स्वामित्वमा रहेको सम्झाउँदै फिर्ता गर्न भनेका छन् । नासाको पत्र पाएपछि आरआर अक्सनले चार लाख डलरमा बेच्ने तयारी गरिएको माटो र साङ्लालाई अक्सनको सूचीबाट हटाएको छ ।

लिलामी रोक्न नासाले दुईपटक पत्राचार गर्नुपरेको थियो । अपेलो ११ मिसनले २१.३ किलोग्रामभन्दा बढी चन्द्रमाको चट्टान पृथ्वीमा ल्याएको थियो । उक्त चट्टानलाई धुल्याएर कीरा, माछा, साङ्लालगायत जीवलाई खुवाइएको थियो । चट्टानको धुलो विषाक्त भएनभएको निर्क्योल गर्न तिनलाई त्यो खुवाइएको थियो । चन्द्रमाका धुलो खुवाइएका साङ्लालाई त्यति बेला नै मिनेसोटा विश्वविद्यालय लगेर कीटविद् मेरियन ब्रुक्सबाट अनुसन्धान गराइएको थियो । चन्द्रमाको माटो विषाक्त नभएको उनले पुष्टि गरेकी थिइन् । पन्ध्र वर्षअघि नै ब्रुक्स यो संसारबाट बिदा भएकी छन् । एजेन्सी

मोरक्को भागदौडमा अठार आप्रवासीको मृत्यु

रबात/युरोपेली देश स्पेन जान मेलिला प्रवेश गर्न खोज्दा मच्चिएका भागदौडमा १८ जना आप्रवासी मारिएका तथा सयौँ घाइते भएका छन् । भागदौडका क्रममा केही प्रहरी पनि घाइते भएका छन् ।

मोरक्कोको नादोर र मेलिलाबीचको सिमाना नाघेर दुई हजार आप्रवासी स्पेन प्रवेश गर्न लागेपछि दुवै देशका सुरक्षा अधिकारीले नियन्त्रण गर्न खोज्दा उक्त घटना भएको हो । सुरक्षाकर्मीहरूले उनीहरूलाई सिमानाको दुवैतर्फबाट रोकेका थिए ।

सिमानामा रहेको फलामको बार चढ्न खोज्दा उनीहरूको मृत्यु भएको मोरक्कोको गृह मन्त्रालयले जनाएको भने मानव अधिकार सङ्घले २७ जनाको ज्यान गएको बताएको छ । यद्यपि उक्त सङ्ख्या तत्काल पुष्टि भएको छैन । दुर्घटनामा ज्यान गुमानेमा अधिकांश अफ्रिकी नागरिक छन् ।

यसैबीच, स्पेनका अधिकारीहरूले ४८ जना सिभिल गार्ड घाइते भएका तथा चारवटा गाडीमा क्षति पुगेको बताएको छ । सिमाना पार गर्न सफल भएका आप्रवासीहरू स्थानीय आप्रवासी केन्द्रमा पुगेका र त्यहाँ उनीहरूको परिस्थितिको समीक्षा भएको थियो । गत मार्चमा मेलिलालाई घेरेको छ मिटर अग्लो बार नाघेर स्पेन छिर्ने प्रयास गरेका थिए । तीन हजार पाँचसय भन्दा बढी आप्रवासीको दुई दिनको त्यो प्रयासमा झण्डै एक हजार जना सफल भएका थिए । एजेन्सी

केही अमेरिकी स्वास्थ्य संस्थाले रोके गर्भपतन सेवा

वासिङटन/सर्वोच्च अदालतले गर्भपतनसम्बन्धी ५० वर्ष पुरानो एउटा निर्णयलाई खारेज गरेपछि देशका विभिन्न राज्यका गर्भपतन सेवा प्रदायक संस्थाले सेवा प्रवाह बन्द गरेका छन् ।

गर्भपतनको महिला अधिकार सर्वोच्च अदालतले उल्टयाएपछि त्रासका कानुनी कारबाही भोग्नुपर्ने त्रासका बीच अल्बामा, टेक्सास र वेस्ट भर्जिनियालगायत राज्यका गर्भपतन सेवा प्रदायक संस्थाले सेवा प्रवाह बन्द गरेका हुन् ।

गर्भपतनको सेवा प्रदान गर्दै आएको वेस्ट भर्जिनियाको एकमात्र संस्थाका कार्यकारी निर्देशक केटी क्विनोनेजले भक्कानिएका केही सेवाग्राही बोल्न नसकेका, केहीले बलिन्द्र आँसुका धारा बगाएका बताउँदै आफ्ना कर्मचारी दिनभर अब सेवा प्रवाह नहुने र 'तपाईंको अपइन्टमेन्ट' रद्द गरिएको सूचना प्रवाहमा व्यस्त हुनु परेको जनाइन् ।

गर्भपतन अधिकारका समर्थकहरूले सर्वोच्चको फैसलालाई अमेरिकी न्यायसम्पादनको कालो दिन भनेका छन्भने भ्रुणहत्या पाप हो भन्नेहरूले फैसलाको स्वागत गरेका छन् । सर्वोच्चको फैसलासँगै नौ वटा राज्यमा गर्भपतन रोकिएको छभने दक्षिण डकोटा र ओक्लोहमाका सेवा प्रदायकले पनि गर्भपतनको प्रक्रिया रोक्ने तरखर गरेका छन् ।

गर्भपतनसम्बन्धी महिलालाई प्राप्त संवैधानिक अधिकार खोरिएको विरोधमा देशका विभिन्न शहरमा व्यापक प्रदर्शन भइरहेको छ । फैसलाको पक्षमा पनि केही राज्यमा प्रदर्शन भएका छन् । सर्वोच्चको फैसालपछि अब राज्यहरूले गर्भपतनसम्बन्धी आफ्नै नियम बनाउने छन् । धेरै राज्यमा सर्वोच्चको फैसला अनुरुपका नियम बनाइने सम्भावना रहेको छ ।

यसैबीच, भ्याटिकनको एकेडेमी फर लाइफले गर्भपतनसम्बन्धी अमेरिकी सर्वोच्च अदालतको निर्णयको स्वागत गरेको छ । भ्याटिकनले मानव जीवनको रक्षा व्यक्तिगत अधिकारमा सीमित हुन नसक्ने उल्लेख गर्दै महिलाहरूलाई आफ्ना कोखमा बच्चा जोगाउनका निम्ति सामाजिक परिवर्तन आवश्यक भएको बताएको छ । उसले जीवनका विषयमा चिन्तन गर्न पनि उनीहरूलाई आह्वान गरेको छ । एजेन्सी

बहुविवाहका फरार आरोपी श्रीमान श्रीमती पक्राउ

राजविराज/बहुविवाहका फरार श्रीमान श्रीमतीसहित पक्राउ परेका छन्।

दोश्रो विवाह गरेको आरोपमा अदालतबाट कैद सजाय ठहर भई पाँच वर्षपछि फरार रहेका सिरहा जिल्ला वस्तीपुर ९ घर भई हाल सप्तरीको सुरुङ्गा नगरपालिका ३ मा वसोवास गर्दै आएका जलेश्वर यादव र मन्जु देवी छन्। उनीहरुलाई मंगलवार दिउँसो प्रहरीले वसोवास स्थल नजिकैबाट पक्राउ गरेको हो।

श्रीमानले दोश्रो विहे गरेको र आफुलाई सम्पुर्ण अधिकारबाट बञ्चित गरी विचल्ली बनाएको भन्दै पीडित जेठी श्रीमती आशिया देवी यादव न्यायका लागी प्रहरी हुदै अदालतसम्म पुगेकी थिइन। २०७३ जेठ २ गते उक्त बहुविवाह मुदा उपर सुनवाई गर्दै सप्तरी जिल्ला अदालतले जलेश्वर र मन्जुलाई जनही १ वर्ष कैद र ५ हजार जरिवानको फैसला गरेको थियो।

पक्राउ परेका दुबै जनालाई मंगलवार नै अदालतमा उपस्थित गराउँदा आदेश अनुसार कैद सजाय भुक्तानका लागी राजविराज कारागार चलान गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका डिएसपी माधव प्रसाद काफ्लेले जानकारी दिएका छन्।

बस दुर्घटनामा एक महिलाको मृत्यु

राजविराज/सप्तरीको हनुमाननगर कंकालिनी नगरपालिका १ भारदहस्थित कोशी ब्यारेज सडक खण्डमा विहीवार बिहान यात्रु बाहक बस दुर्घटना भएको छ।

सो दुर्घटनामा एक महिलाको मृत्यु भएको छ भने ११ जना घाईते भएका छन्। पुर्वबाट पश्चिम तर्फ जाँदै गरेको ना.५ख. १८९८ नम्बरको यात्रुबाहक बस अर्को बसलाई साइड दिने क्रममा सडकबाट २५ मिटर तल खसेर दुर्घट्नामा परेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

दुर्घटनामा परि मृत्यु भएको महिला विराटनगरबाट कटारीतर्फ जाँदै गरेको उक्त बसमा कंचनपुर जाने भन्दै सुनसरीको भाण्टावारीमा चढेकी थिइन्। उनको पहिचान खुल्न नसकेको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका डिएसपी माधवप्रसाद काफ्लेले जानकारी दिएका छन्।

दुर्घटनामा गम्भिर घाइते भएकाहरुलाई थप उपचारका लागी विराटनगर तथा सामान्य घाईते भएकाहरुलाई भारदह अस्पतालमा उपचार भईरहेको छ। घटनापछि चालक भने फरार भएका छन् डिएसपी काफ्लेले घट्नाबारे थप अनुसन्धान भइरहेको बताए।

फरार महिला पक्राउपछि कारागार चलान

राजविराज/अदालतबाट लेनदेन विगो मुद्दामा कैद सजाय तोकिएपछि फरार रहेकी एक महिलालाई प्रहरीले मंगलबार पक्राउ गरेको छ।

सप्तरीको रुपनी गाउँपालिका २ वस्ने आशिया कुमारी रामलाई प्रहरीले पक्राउ गरेको हो। उनलाई सप्तरी जिल्ला अदालतले ६ महिना कैदको फैसला सुनाएको थियो।

सोही वडा वस्ने विश्वनाथ साहको जाहेरीले चलाइएको लेनदेन मुद्दामा अदालतको फैसला आएपछि उनी फरार भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीका डिएसपी माधव प्रसाद काफ्लेले जानकारी दिएका छन्।

घरमै लुकि वसेको अवस्थामा पक्राउ परेका आशियालाई अदालतमा उपस्थित गराउँदा आदेशानुसार कैद सजाय भुक्तानका लागी राजविराज कारागार चलान गरिएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

छुट्टाछुट्टै दुर्घटनामा एक बालकसहित दुईको मृत्यु

राजविराज/सप्तरीमा भएको छुट्टाछुट्टै दुर्घटनामा एक बालकसहित दुई जनाको मृत्यु भएको छ।

जिल्लाको तिलाठी कोईलाडी गाउँपालिकामा कलभर्टमा जमेको पानीमा डुबेर सो गाउँपालिका वडा नं. ६ मधेपुरा बस्ने राज कुमार मण्डलको ५ वर्षिय छोरा बिशाल भन्ने विजय कुमार मण्डलको मृत्यु भएको छ।

प्रहरीका अनुसार घरदेखि १०० मिटर उत्तर बाटोमा खेल्ने क्रममा गत आइतबार साँझ कलभर्टमा जमेको पानीमा उनी डुबेका थिए।

यस्तै राजबिराज नगरपालिका वडा नं. ९ बिहारपुरमा करेन्ट लागेर सोमबार स्थानिय मो.रजौलको श्रीमती ३० बर्षीया रुमी खातुनको ज्यान गएको छ।

आफनै घरको पानी धारामा मोटर चलाई लुगा धुने क्रममा करेन्ट लागी उनी घाईते भएकी थिइन्। उनलाई तत्काल उपचारका लागी गजेन्द्र नारायण सिहं अस्पताल राजबिराजमा भर्ना गरेर इसिजि गराउँदा मृत्यु भएको जिल्ला प्रहरी कार्यालय सप्तरीले जनाएको छ।

हावाहुरीको मौसममा आगलागीबाट जोगिन सर्वसाधारणलाई स्थानीय विपद जोखिम न्यूनिकरण समितिको अपिल

- विहान ९ बजेसम्म खाना पकाई चुल्होमा रहेको आगो राम्ररी निभाऔं।
- खाना पकाउँदा खर पत्करको प्रयोग भएमा आगलागी हुन सक्छ की भनेर पूरै सावधानी अपनाउने गरौं र चुल्हो नजिक एक जना अनिवार्य बस्ने बानी बसालौं।
- दिउँसोको समयमा हावाहुरी चल्ने हुँदा विहान ९ बजेपछि चुल्हो बाल्नुपर्ने कुनै काम नगरौं।
- घर नजिक थ्रेसर सञ्चालन नगरी घरदेखि टाढा चौर वा खेतमा सञ्चालन गर्ने गरौं।
- सलाई, लाइटर, मट्टितेल लगायतका अन्य पेट्रोलियम पदार्थ बालबालिकाको पहुँचभन्दा टाढा राख्ने बानी बसालौं।
- घरमा एक बाल्टीन वा अन्य भाडोमा पानी २४सै घण्टा राख्ने बानी बसालौं।
- गुहालीमा घुर बाल्दा सावधानी अपनाउने गरौं।
- घरको कुनै सजिलो ठाउँमा २/४ बोरा बालुवा राख्ने गरौं जसले गर्दा कहिँ आगलागी भयो भने निभाउन सहयोग हुन्छ।
- घर तथा गुहालीमा लगाइएको टाटी राम्रोसँग माटोले दुवैतर्फ लिपपोत गर्ने गरौं।
- आगोबाट हुने जोखिम तथा धनजनको क्षति बारेमा परिवारका सदस्यहरुलाई जानकारी गराई सजग र सतर्कता अपनाउने बानी बसालौं।
- गाउँमा बारुणयन्त्र आउने जाने बाटो खुल्ला राखौं र बारुणयन्त्रलाई पोखरीबाट पानी भर्न र आगलागी नियन्त्रण गर्ने कार्यमा सहयोग गरौं।
- गाउँका पोखरीहरुमा पानी सञ्चित राख्ने बानी बसालौं।
- गाउँमा कसैले आगो जथाभावी राखेको छ भने गाउँ घरमा त्यसरी आगो खुल्ला राख्नु हुँदैन भनेर सचेत गराउने गरौं।
- कहीं कतै आगलागी भएमा नजिकको प्रहरी चौकी वा जिल्ला प्रहरी कार्यालयको कन्ट्रोलको नम्बर ९८५२८९०२७० वा १०० नम्बरमा जानकारी गराऔं।
- कसैको ज्यान वा सम्पत्तिमाथि आगजनी गर्ने अपराध भएकोले यस्तो कार्यमा सहभागी नहोऔं।
- आगजनी घटनालाई न्यूनिकरणको लागि प्रहरीसँग सहकार्य गरौं र जनधनको क्षति हुनबाट बचौं र बचाऔं।
- आगलागी प्रकोप उद्धारको सामग्रीहरु जस्तै बाल्टिन, जग, बेल्चा, गैती, डोरी, स्ट्रेचर, प्राथमिक उपचारको सामग्रीहरु, आगलागी उद्धारको लागि लगाउने कपडा भएसम्म व्यवस्था गरी राखौं।

अनुरोधकर्ता
शम्भुनाथ नगरपालिका, नगर कार्यपालिकाको कार्यालय, कठौना, सप्तरी

सर्पदंश (सर्पको टोकाई) बाट बच्न...

- घर वरीपरी सर्प लुक्न सक्ने सम्भावित स्थानको खोजी गरी त्यस्ता ठाँउहरुको व्यवस्थापन गरौं,
- घरवरीपरि सफा राखौं, प्वालहरु टालौं,
- खुलास्थानमा शौच नगरौं,
- खालि खुट्टा नहिडौं, जुत्ता वा गमबुट लगाऔं,
- लट्ठि लिएर हिंडौं,
- सम्भव भएसम्म खाटमा सुतौं,
- सुत्दा झुलको अनिवार्य प्रयोग गरौं,
- सुत्नेबेलामा ओछ्यान राम्ररी हेरौं,
- राती हिंड्दा टर्चको प्रयोग गरौं,
- पराल दाउरा आदी निकाल्दा होसियारी अपनाऔं।

नेपाल सरकार
विज्ञापन बोर्ड

देश विदेशबाट पठाइएको रकम तुरुन्त भुक्तानी लिनका लागि सम्झनुहोस्। हाम्रो सेवाहरु
नेपाल सहकारी संस्था लि.
राजविराज ४, फोन नं. ०३१-५२१०९६
ipay remit
CITY EXPRESS MONEY TRANSFER Money Transfer Made Easy
Best Remit Quick & Easy
PRABHU Money Transfer प्रभुको इच्छा रकम पठाउन तथा पाउनका लागि भरपर्दो माध्यम
IME International Money Express
himal remit हिमालरेमिट
CG Money CHAUDHARY GROUP

प्रकाशक : श्रीमती सुमित्रा गुप्ता, **सम्पादक** : अनिलकुमार अनल (९८४२८३४९१७), **सह-सम्पादक** : नवीनकुमार गुप्ता (९८५२८२०५८४, ९८०३२८३११५), **लेआउट** : संजय शेखर,
मुद्रण : न्यू नवीन प्रेस, राजविराज, **फोन** : ०३१-५३०७६८ (कार्यालय), **इमेल** : *saptahiknavin@gmail.com*, **वेवसाइट** : *rajbirajdainik.com.np*